



## Bestyrelsens Beretning 2022

2022 var et år med fokus på forskellige projekter og en vedvarende udfordring om at have nok ressourcer til alle de aktiviteter, som FAKS blev inviteret med til at være en del af – og vi måtte takke nej tak til en del. Med 2022 bag os og 2023 godt i gang – så er tilbageblikket stadig vigtigt ift. at evaluere, planlægge kommende indsatser og have et fast blik på fremtidens mål.

### Mennesket Bag

Vores kampagne "Mennesket Bag" gik live – og vi er meget stolte af resultatet. Med magasinet som sætter fokus på de personlige beretninger inkl. redskaber til selfempowerment, så er det fantastisk materiale at kunne uddele – både til smerteramte, pårørende og behandlere.



FAKS vil gerne sige tak til vores samarbejdspartnere Caretoons og Venteværelset.

Al kampagne materialet kan ses på hjemmesiden: <https://faks.dk/mennesket-bag/>

### FAKS Bestyrelse

2022 var året hvor FAKS valgte at sammensætte bestyrelsen med forskellige profiler – smerteramte men også personer med en faglig baggrund, som medbragte specifikke kompetencer, som er nødvendige for den videre udvikling. Diversiteten er vigtig – og vi skal kunne rumme alle i bestyrelsen. Det er en del af det spændende ved arbejdet – at møde mange forskellige mennesker og samtidig gøre en forskel for så mange kroniske smerteramte.

Desværre blev vi ramt af en del fravær og fratrædelser midt i valgperioden, og prisen har været hård for de resterende bestyrelsesmedlemmer og frivillige, som har måttet overtage opgaver, som ikke kunne sættes på pause. Der skal altid være plads til at man kan trække sig i en kortere eller længere periode – det er en del af FAKS DNA. Vi er utrolig glade for, at vi kan byde nogle af medlemmerne "tilbage" igen efter en periode med orlov.

Vi må også erkende, at vores konstellation måske ikke har været optimal ift. ansvarsområder og opgaver – hvilket gør det til en prioritet i 2023 at ændre.

### Politik

FAKS er forsat aktiv på den politiske front. Det er et enorm vigtig område ift. at influere beslutningerne indenfor forskellige problematikker som ventetider, behandlingsgaranti, behandlingspolitik (f.eks. opioider diskussionen), økonomiske ressource allokeringer mv.

Vi er i løbende dialog med embedsmænd og sundhedsordførerne. FAKS er forsat anset som en af de vigtige patientforeninger, som deltager i dialogen om f.eks. Smertebehandlingsplanen, Sundhedsreformen, kliniske retningslinjer mv.).

FAKS bliver aldrig tilfreds med prioriteringen fra politikernes side – men vi ser dog en villighed til at gøre noget, så det giver os forsat muligheder for at præge beslutningerne.



Derudover er det politiske arbejde også en nødvendigt for FAKS økonomi. Vi er afhængige af puljer til driften både af FAKS og SmerteLinjen. Vi får midler tildelt på årlig basis hvilket gør det næsten umuligt at foretage langsigtede investeringer (f.eks. foreningssystem) – så arbejdet med at få tildelt flerårige midler har høj prioritet for os.

## Initiativer og projekter

2022 var travl – rigtig travl!

En del af vores frivillige har lagt et kæmpe stykke arbejde i at deltage i forskellige projekter, initiativer og paneler. Uden disse frivillige var dette arbejde ikke muligt – deres engagement, viden og villighed til at deltage er uvurderlig!

En del af vores aktiviteter kan strække sig over en meget lang periode – især de projekter med fokus på forskning og behandlingspolitikker.

Bestyrelsen har en stor respekt for denne indsats – og vi håber, at vi kan tiltrække flere personer, som kunne tænke sig at være en del af de forskellige tiltag som kommer i fremtiden.

Her en lille udpluk af nogle af aktiviteterne – listen er meget længere!

- FAKS nu repræsenteret på "sundhed.dk"
- Mit liv Min Sundhed – mobil app med redskaber til smertemestring (Syddansk Digital Innovation)
- Deltagelse i EFIC smertekonference (Irland)
- Deltagelse i de sundhedspolitiske møder i SAMU (sundhedspolitisk netværk)
- Lægedagene i Bella Centeret
- Interview P4 om søvn og smerter
- Workshop for ergoterapeuter og fysioterapeuter
- Podcastserie om kroniske smerter (6 episoder) udviklet sammen med Morten Høgh
- Forskellige smerteforskningsprojekter i partnerskab (AAU og OUH)
- Afholdt oplæg på forskellige uddannelsesinstitutioner, foreninger mv.
- Deltagelse i panel om sundhedsforskning i Region Sjælland
- Udvalgsarbejde "Smertebehandlingsplanen" (Sundhedsministeriet)
- Udvalgsarbejde "NKA for personer med smerter i almen praksis" (Sundhedsstyrelsen)
- Udvalgsarbejde "Anbefaling for organisering af smerteområdet" (Sundhedsstyrelsen)
- Deltagelse i den Nordiske Smertekonference
- Facilitering af forskellige interviews og spørgeskemaer som vi modtager fra forskellige uddannelsesinstitutioner

## Frivillige

De frivillige i FAKS gør et kæmpe stykke arbejde. Deres villighed til at bruge deres tid på forskellige opgaver og områder muliggør at vi kan deltage i projekter, afholde arrangementer og forsat gøre os gældende i den daglige debat.

Vi leder forsat efter flere frivillige – og har erkendt at vi må omstrukturere konstellationen af opgaver og ansvar så der er plads til flere frivillige, som måske sidder med enkelte opgaver. På den måde er det nemmere at overskue at sige ja til at være frivillig – og opgaverne bliver ikke uoverskuelig.

Udfordringen med at finde stabile frivillige deler FAKS med alle andre foreninger i Danmark. Færre bliver frivillige – især hvis der ikke er honorar forbundet med arbejdet. FAKS er i den situation, at vi pt. ikke kan betale et honorar for arbejdet – og det udfordrer os.



Men vi fik tildelt midler fra Sundhedsministeriet og havde derfor mulighed for at afholde lidt arrangementer for frivillige i løbet af 2022 - det var dejligt. Vi ville gerne at flere have deltaget - men det kan være svært at finde tid især i weekenderne, som jo ofte er tiden, man bruger på sin familie, venner eller sig selv.

## **SmerteLiv, sociale medier og faks.dk**

De sociale medier fylder mere og mere i vores kommunikationsstrategi - det er en naturlig udvikling. FAKS er især aktiv på LinkedIn, Instagram og Facebook. Vi ville gerne være aktive på Twitter (politiske budskaber), men vi har desværre ikke haft ressourcerne til at aktivere denne kanal.

Vores opslag er med formål at oplyse om FAKS generelt (målrettet samarbejdspartnere) men især smerteramte, så de ved, at der er hjælp og støtte at hente.

Derudover er vores intention at udvide materialet på hjemmesiden, så der kommer flere redskaber, som kan bruges i hverdagen. Vi er også begyndt på at linke til indhold udviklet af andre organisationer, læger, foreninger mv. Der er ingen grund til at vi bruger vores ressourcer på det samme. Vi leder forsat efter flere frivillige, som vil skrive artikler (korte og lange) samt en kommunikationskoordinator, så vi kan holde styr på det hele.

SmerteLiv blev udsendt 1 gang i fysisk form. Det er meget ressourcekrævende og dyrt at udgive SmerteLiv i trykt format, så bestyrelsen har valgt at udsende SmerteLiv som nyhedsmail i stedet for. At lave et trykt SmerteLiv kan sagtens genoptages, hvis de nødvendige ressourcer bliver tilgængelige.

## **FAKS pjecer (smertemestringsredskaber og viden om kroniske smerter)**

Vores pjecer er forsat meget populære og især smerteklinikker, læge og behandlere udleverer disse som en del af udredning og behandling. Vi har set en stigning i bestilling af vores pjecer fra bla. praktiserende læger, kommuner og behandlere.

Det er en positiv udvikling - men det er også en dyr udvikling!

Trykkeri og forsendelsesomkostninger er kun forsat stigende. Bestyrelsen har derfor undersøgt mulighederne om at etablere en form for abonnementsordning for bestilling af pjecer, så vi kan få dækket udgifterne. Dette forventes at blive søsat i 2023.

## **Arrangementer**

Som vanen tro blev der afholdt forskellige arrangementer i 2022 - dog ikke så mange, som vi gerne ville.

Alle arrangementer (online eller fysiske) kræver ressourcer - og bestyrelsen har ikke haft dette til rådighed.

Men vi fik dog afholdt lidt forskellige arrangementer såsom:

- Webinar serie med RELEARN
  - Neurofeedback behandling mod kroniske smerter
  - Kronisk smerte som anerkendt sygdom
  - En personlig fortælling om mødet med det danske sundhedsvæsen
- Oplæg som sundhed - "Lægerne flytter til" (afholdt i Gentofte, Svendborg og Herning)
- De sjove hvor vi spiller online banko
- Medlemsweekend (Roskilde)

Derudover har lokalafdelingerne haft en del aktiviteter i løbet af året. Vi håber på at medlemmerne forsat vil bakke op om lokalafdelingerne, da de er nødvendige for at få tilskud til driften fra Sundhedsministeriet.

## **Lokalafdelingerne**

Bestyrelsen sætter stor pris på kontaktpersonerne ude i afdelingerne - de gør et stort stykke arbejde.



Det er ikke altid lige nemt at tiltrække deltagere – men vi håber at medlemmerne aktivt kontakter afdelingerne og giver deres input til hvilke aktiviteter, som de mener kan være relevante.

Flere afdelinger havde igen søgt §18 midler, som er blevet brugt til forskellige aktiviteter.

Der var i 2022 11 afdelinger fordelt rundt om i Danmark

- Region Sjælland: Hillerød, Kalundborg, Køge, Slagelse, Stege, Vordingborg
- Hovedstaden: København, København Ungdom
- Syddanmark: Odense, Vejle
- Midtjylland: Horsens

Stege er lukket ved udgangen af 2022 – men der åbnes nye afdelinger i 2023 i Jylland.

## **SmerteLinjen – [www.smertelinjen.dk](http://www.smertelinjen.dk)**

Året 2022 blev dog en kæmpe udfordring for SmerteLinjen, da processen vedr. uddeling af puljemidler blev forsinket og samtidig ændret. Det betød at vi først fik driftsmidler til SmerteLinjen hen omkring sommeren. Det betyder at driften skal finansieres af driftsmidler fra FAKS – og det udfordrer naturligvis vores økonomiske formåen. Vi fik dog midlerne – men det krævede en kæmpe indsats fra SmerteLinjens administrator og arbejdsgruppe. Desværre ser dette ud til at gentage sig i 2023.

Der fortsat behov for rådgivning. Vi ser dog en udvikling i form af, at flere gerne vil kontakte FAKS for skriftlig rådgivning – der er flere årsager til dette. Arbejdsgruppen er gået i tænkeboks og kigger på flere muligheder.

En del kender til SmerteLinjen – men der er stadig mange smerteramte, som ikke kender til denne rådgivningsmulighed – så derfor er annoncering og at gøre opmærksom på muligheden enorm vigtig. Vi kan se at antallet af opkald påvirkes, når der laves opslag eller annoncering – så derfor er oplysningsaktiviteterne vigtige. Det er dog også et område, som koster rigtig mange penge.

2022 bød på muligheden for at lave ekstra annoncering på de sociale medier, da vi fik tildelt ekstra puljemidler fra Sundhedsministeriet. Det resulterede i 8 reels, som er blevet brugt løbende. Kampagnen kører videre det første halvår af 2023.

Alle kan bestille informationsmateriale, som man kan uddele i sit lokalområde – vi håber, at flere medlemmer vil benytte sig af denne mulighed i 2023.

## **Medlemmer**

Vi så en stor stigning i medlemsantallet i 2022. Bestyrelsen har primært fokuseret på, hvor mange personer, som vi er i kontakt med – og mindre fokus på at skaffe medlemmer.

At tiltrække nye medlemmer og fastholde er en stor opgave – og det kræver løbende en del ressourcer, så man kan tilbyde redskaber, arrangementer mv. Vi håber, at vi fortsat kan tiltrække nye medlemmer – men det er en fælles indsats at fastholde. Derudover håber vi at medlemmer, som overvejer at melde sig ud af forskellige årsager, vil genoverveje og støtte foreningen – selvom man ikke aktivt bruger tilbuddene.

Når vi kigger på antallet af følgende og besøgende på vores sociale medier og hjemmeside – så kan vi se at tallet er enormt stort. Det viser det fortsatte behov for FAKS – og det er motiverende at vi fortsat kan gøre en forskel.

## **Den daglige drift**



Flytning af Sekretariatet til nye omgivelser i Albertslund har absolut været investeringen værd. Det har givet os mulighed for at have en base, som er vigtig både for frivillige og for at kunne have vores materiale samlet.

Vi er nået videre med at bruge flere IT programmer, som gør nogle af de daglige opgaver lettere - men vi vil fortsat have fokus på at optimere arbejdsgangene. NemTilmeld er blevet en integreret del af vores arrangementer og kontingentopkrævning, og al økonomi styres nu via online system e-economics.

Vi har i løbet af året haft fornøjelsen af at have hjælp via praktikant fra kommunen. Udover at hjælpe en person med at finde en balance så er det en stor hjælp for FAKS i en travl hverdag. Ønsket er naturligvis at have en deltidsansat, som kan varetage denne post, men det arbejder vi videre på.

FAKS indgik desuden en aftale med Professionshøjskolen i København om at tage imod studerende, som skal fuldføre deres praktikforløb som en del af deres uddannelse. De første studerende vil start i praktik i januar 2023.

Sekretariatet kan fortsat bruge hjælp - og man behøves ikke at være bosat i nærheden. Vi har en del mindre opgaver, som kan laves online.

## 2023

Året er allerede godt i gang - og vi har allerede nået rigtig mange ting, og vi fortsætter naturligvis vores indsats og aktiviteter.

Vi kan sætte kryds ved følgende allerede og meget mere end denne liste indeholder:

- FAKS på national TV med emnet "kronikere på arbejdsmarkedet"
- Introduktion af ny samarbejdspartner og medlemstilbud via SKADEadvokaterne
- Temaweekend afholdt i Middelfart

Resten af året har vi bla. følgende på agendaen:

- Lancering af FAKS webshop
- Ansøgning til SKAT vedr. godkendelse iht. LL8A
- Velkommen til nye frivillige - både i bestyrelsen men også på andre spændende områder
- Lancering af mobil app'en Mit liv Min Sundhed (MeMos)
- Deltagelse på EFIC smertekongres, Budapest 2023
- Åbning af nye afdelinger i Jylland
- Lancering af flere podcasts i samarbejde med Morten Høgh
- Webinarer med fokus på redskaber til smertemestring og viden om smerter
- Styrke vores politiske netværk med formål at sikre flerårig økonomisk drift stabilitet
- Øget indsats med at søge legater og fonde
- Udvide vores liste af samarbejdspartnere (både virksomheder og foreninger)

Listen er lang og ønskelisten er endnu længere. Vi vil gøre en ihærdig indsats for at holde jer informeret via vores sociale medier, hjemmeside og mail. Bestyrelsen vil meget gerne sige tusind tak for opbakningen fra medlemmer og frivillige. Vi er enormt taknemmelig for jeres engagement og support.

2023 bliver et spændende år!

Hilsen  
Iben Rohde  
Bestyrelsesformand (tirsdag d. 25. april 2023)